

Wasserball – Torwarttechniken: Sprung beidhändig gerade

Ein Torhüter muss in den verschiedensten Spielsituationen mit unterschiedlichen Sprungtechniken gegnerische Torschüsse abwehren: Der Sprung beidhändig gerade kommt z.B. bei Penaltys zum Zug.

Sprung mit beiden Händen nach oben und dann vorne. Bei Penaltys oder wenn ein Konterspieler ohne Gegner vor dem Tor auftaucht.

Quelle: Benjamin Redder, Sirko Roehl, Heinz Weber, Martin Weissleder



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO